



David Amberton tillverkar kombucha i sin lägenhet på Gärdet. Jennifer Waters-Falk och Anders Åkergren har hjälpt till att provsmaka den asiatiska drycken under utvecklingsarbetet.

**ASIATISK DRYCK** Det jäser i de svenska hemmen. Efter surdegsbröden har turen kommit till grönsaker och fermenterade drycker. I en lägenhet på Gärdet tillverkar David Amberton kombucha.

TEXT JENNY DAMBERG FOTO TOMAS ONEBERG

## Hemjäst för hälsofolket

**Sedan i februari** har det jäst i David Ambertons lägenhet på Gärdet. Då kom han hem från New York, där "alla" drack kombucha, åtminstone efter yogapassen och bland popkulturarbetare. Med sig hade han också ett vad: Han skulle göra bättre kombucha än sina amerikanska vänner.

En kort introduktion är kanske på sin plats. Kombucha är en traditionell asiatisk hälsodryck där te får jäsa med lite socker och en mjölksyrakultur, som i "moget" tillstånd ser ut som en stor, flytande svamp, tjock pannkaka eller manet. Kombucha är naturligt kolsyrad, alkoholfri, med en smak som drar åt vinäger. Den kombucha som David Amberton nu tappas på 250-millilitersflaskor är resultatet av nästan åtta månaders experimenterande.

–Många har mikrobryggerier. Jag har ett nanobryggeri, säger David Amberton.

Att tillverka kombucha i Stockholm må än så länge vara en perifer aktivitet, men det är en del av en större rörelse. Mjölksyrade inläggningar är vanliga i både de asiatiska och centraleuropeiska köken, som blir allt mer vanliga i Krogstockholm. Koreansk kimchi och polsk surkål på krogen bidrar till intresset för att jäsa hemma.

**Också den svenska** traditionen av mjölksyrning, som försvann med kylskåpets och frysens breda inträde på 1950-talet, har fått ett uppsving i och med det ökade intresset för det nya nordiska köket. När kocken Herman Rasmuson i fjol gav ut boken *Syrat*, så var det med undertiteln "en hyllning till den unika nordiska smaken".

På årets upplaga av amerikanska Freestone fermentation festival, ett evenemang inom slow food-sfären för hemjäsa, fanns

bland annat kimchitillverkning, smaksättning av kombucha och föreläsningen *Fermentation can save the nation* på programmet. En av talarna var Sandor Katz, författare till böcker som *Wild fermentation* och *The revolution will not be microwaved*.

**I Sverige är sysslan** mindre organiserad. För att hitta en förening som ägnar sig åt hemjästning får man gå från mjölksyrat till öl. Svenska hembryggareföreningen har omkring 1300 medlemmar. Många av de mikrobryggerier som nu säljer öl till Systembolaget och krogbranschen har startat som hembryggare, berättar föreningens vice ordförande Patrik Lekberg. Förutom att det är "kul och enkelt" är ölbryggningen för honom också en fråga om att förvalta en gammal tradition; förr bryggde man öl till fester och begravningar i hemmen.

Nästa steg för David Ambertons kombuchatillverkning är att hitta en större lokal som Livsmedelsverket godkänner, och därefter få ut produkten på marknaden. Målgruppen är inte främst strikta hälsokostkonsumenter, utan vitaminvattenpubliken.

–Det är små behändiga flaskor med nyttigt innehåll. Något man kan köpa med sig efter lunchen och ha stående på skrivbordet, eller dricka innan man tränar, säger David Amberton.

Kombucha är en traditionell asiatisk hälsodryck där te får jäsa med lite socker och en mjölksyrakultur.

”



FOTO: SCANPIX

### Surkål och kimchi del i trenden

**I Stockholm finns** kombucha (av andra märken) i nuläget på Blueberry och Gryningen hälsokost.

**Tistelvind**, som också saluför syrade grönsaker, kimchi och surkål, har tidigare sålt

kombuchakultur för hemjästning, men försäljningen ligger för tillfället nere.

**David Ambertons** kombucha tillverkning går att följa på [Svenskkombucha.se](http://Svenskkombucha.se).

8

**månader** av experimenterande är den kombucha, som David Amberton nu tappas på 250-millilitersflaskor, resultatet av.

Många har mikrobryggerier. Jag har ett nanobryggeri.

**David Amberton** som brygger den asiatiska hälsodrycken i lägenheten på Gärdet.

”

[jenny.damberg@svd.se](mailto:jenny.damberg@svd.se)